Niveau(x) d'enseignement : 7 Numéro EDUQ : 9170797
Centre d'intérêt : 210

Mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec (1984 : Québec, Québec).

Rapport synthèse / Mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec, Québec, les 7-8 février 1984 ; rédigé par Pierre Imbeau ; [pour] le Comité de la santé au collégial. -- Montréal : Fédération des cégeps, 1984.

17, [15] f. ; 28 cm.

ISBN 2-89100-020-X

Vedette(s)-secondaire(s) : Imbeau, Pierre • Fédération des cégeps. Comité de la santé au collégial

Descripteur(s) : Santé mentale • Etudiant • Caractéristiques psychologiques • Rôle du collège • Collégial (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Congrès

Ce rapport résume le contenu des ateliers de ce colloque. Les textes reflètent les trois objectifs visés par la tenue du colloque : 1. Faire un tour d'horizon sur les questions touchant la santé mentale des étudiants au cégep ; 2. Partager des données sur les difficultés et problèmes rencontrés au niveau de la santé mentale et sur les méthodes d'intervention utilisées; 3. Fournir au comité sur la santé au collégial et à la Fédération des cégeps les éléments de base en vue de mieux outiller collectivement les cégeps sur cette question.

Type de document :

371717

Mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec

(Québec, les 7-8 février 1984)

RAPPORT SYNTHÈSE

Le comité de la santé au collégial
Rédigé par Pierre Imbeau
19 mars 1984

Mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec

(Québec, les 7-8 février 1984)

RAPPORT SYNTHÈSE

Le comité de la santé au collégial
Rédigé par Pierre Imbeau
19 mars 1984

TABLE DES MATIERES

PREAMBULE 3

INTRODUCTION 4

Conférence d'ouverture 4

ELEMENTS DE PROBLEMATIQUE DE LA SANTE MENTALE 6

MODES D'INTERVENTION 9

1. INTERVENTIONS POUR DIMINUER LE STRESS ENVIRONNEMENTAL ... 10

2 INTERVENTIONS POUR AUGMENTER LES COMPETENCES INDIVIDUELLES 13

3. INTERVENTIONS DE DEPISTAGE 14

4. INTERVENTIONS DE TYPE CLINIQUE 15

CONCLUSION 17

ANNEXES

A- Liste des problèmes vécus par les étudiants

B- Liste des causes identifiées

C- Programme du colloque

D- Liste des participants

E- Extrait du sondage sur les besoins de santé

F- Sondage auprès des cégeps.

PREAMBULE

Le mini-colloque sur la santé mentale a été planifié et coordonné par le comité de santé au collégial. Les membres de ce comité de la Commission des affaires étudiantes sont:

Serge Bourgeois, D.S.A.E.	Alma
Jean-Guy Brisebois, D.S.A.E.	Maisonneuve (Président)
Bernard Lachance, D.S.A.E.	La Pocatière
Daniel Thibodeau, D.S.A.E.	Saint-Jérôme

Les conférenciers invités étaient les docteurs:

Michel Bourque de l'Institut de recherche clinique de Montréal
Robert Perreault du département de santé communautaire de l'hôpital général de Montréal

Le succès du colloque a été assuré en grande partie grâce à la collaboration de:

Johanne Auger, du cégep de Maisonneuve
Lynda Cyr, du cégep de La Pocatière.

INTRODUCTION

Le mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec s'est tenu les 7 et 8 février 1984, à l'Auberge des Gouverneurs de la Place Haute-Ville, à Québec.

A l'invitation de la Commission des affaires étudiantes, s'est regroupée une centaine de participants, composée en majeure partie d'infirmiers et infirmières, de psychologues et de directeurs des services aux étudiants, venus de trente-neuf cégeps du Québec.

A la plénière d'ouverture, deux des organisateurs, MM. Jean-Guy Brisebois et Bernard Lachance, ont présenté les objectifs du colloque:

- Faire un premier tour d'horizon sur les questions touchant la santé mentale dans les cégeps;

- S'instruire mutuellement sur les difficultés et problèmes rencontrés au niveau de la santé mentale et sur les méthodes d'intervention utilisées par chacun;

- Fournir au comité sur la santé au collégial et à la Fédération des cégeps les éléments de base en vue de mieux outiller collectivement les cégeps sur cette question.

Conférence d'ouverture

La réflexion sur la santé mentale a été amorcée par les docteurs Michel Bourque et Robert Perreault, invités à présenter le projet Télé-santé.

Ce projet d'information personnalisée sur support informatique Télidon vise à responsabiliser l'usager face à son état de santé en lui donnant accès à toutes sortes de données pertinentes à sa santé, à l'endroit et au moment où il en a besoin.

Le docteur Michel Bourque a d'abord souligné les mérites de l'aspect informatique du projet qui permet à l'usager d'aborder les questions de santé à son rythme et en toute discrétion. Le docteur Michel Perreault est ensuite venu souligner l'aspect de l'hygiène mentale poursuivie par ce projet, en proposant une approche de responsabilisation de l'individu face à sa santé plutôt que l'approche clinique de «guérison» par un médecin. Dans un tel contexte, la prévention elle-même apparaît sous une forme nouvelle: la prévention de la maladie y laisse la place à la promotion de la santé.

Le colloque se poursuivait le lendemain par une journée de travail intensif en atelier. Les participants inscrits avaient préalablement été regroupés en six ateliers. En avant-midi, chaque groupe devait aborder trois questions sous le thème: «Eléments de problématique de la santé mentale».

ELEMENTS DE PROBLEMATIQUE DE LA SANTE MENTALE

a) Préparation des ateliers

A la plénière du matin prévue pour la mise en train des ateliers, Bernard Lachance met les participants en garde contre les discussions théoriques qui risquent de nuire à l'efficacité de l'unique journée d'échange. Pour éviter cet écueil, il propose une définition de la santé mentale qui rallie les participants: «rapport entre les facultés individuelles d'adaptation et l'ensemble des conditions environnementales qui s'exercent sur chaque individu». En plus de permettre d'éviter les vaines discussions, cette définition marquera toute la journée en rappelant à chacun des participants les deux aspects également importants en santé mentale: l'influence de l'environnement et l'adaptation de l'individu.

b) Synthèse des ateliers

Les étudiants des cégeps ne sont pas malades; ils sont à l'âge frontière entre l'adolescence et l'âge adulte et sont soumis aux tiraillements inhérents à l'acquisition de l'autonomie et à l'apprentissage de l'exercice de la liberté. La période passée au cégep constitue l'«initiation» à une société fort complexe.

Les problèmes les plus fréquemment rencontrés* chez les étudiants des cégeps sont de l'ordre de la recherche de l'identité: identité sexuelle, identité sociale face à l'avenir et face au travail. Cela entraîne souvent la difficulté de s'affirmer et conséquemment, l'isolement à l'intérieur du groupe. On constate également la mésadaptation à l'environnement qui se manifeste par une mauvaise hygiène personnelle: mauvaise alimentation, manque de repos, d'exercice, de sommeil, etc. Ceci entraîne fatigue et stress.

---

* Voir annexe A

Lorsqu'en deuxième lieu, on se penche sur les causes des difficultés de santé mentale des étudiants, on trouve plusieurs éléments de l'environnement physique, culturel et social qui peuvent avoir un impact sur l'équilibre des individus*.

Les participants ont identifié des facteurs généraux qui augmentent les difficultés des étudiants: les faibles perspectives d'emploi, la situation financière inquiétante, l'avenir sombre en général, l'instabilité des familles, la violence... Des facteurs plus spécifiques aux cégeps viennent s'ajouter: entre autres la surpopulation des collèges fait diminuer la disponibilité des lieux réservés à la détente et au loisir. L'organisation scolaire porte également une lourde responsabilité: la difficile transition entre le secondaire et le collégial, les calendriers et les horaires peu préoccupés de la qualité de vie des étudiants, le cloisonnement entre la pédagogie et les autres services, les exigences parfois excessives d'enseignants, la compétition entre étudiants, s'ajoutent à la liste des éléments perturbateurs de la santé mentale.

On ne changera pas la société. Des cibles plus modestes s'avéreront sûrement plus accessibles. Les participants proposent d'agir sur l'environnement scolaire et d'enrichir la compétence des étudiants. Par exemple, ils suggèrent de:

- Provoquer une volonté concertée de tout le collège, chapeautée par la direction générale, en vue d'arriver à une meilleure qualité de vie étudiante;

- Améliorer l'environnement scolaire et corriger les erreurs les plus grossières d'abord;

- Travailler sur <u>ce qui va bien</u> pour que le phénomène se répande;

---

* Voir annexe B

- Equiper l'étudiant pour qu'il apprivoise le stress de la société plutôt que de se laisser dominer par lui.

Le colloque se poursuit en après-midi. Les ateliers traiteront deux questions sous le thème: «Modes d'intervention dans les collèges».

Les participants le réalisent; ils arrivent maintenant au coeur du colloque que constituent les échanges sur les moyens réalistes d'intervention pour pallier les problèmes rencontrés.

MODES D'INTERVENTION

a) Préparation des ateliers

En plénière de départ, pour aider à situer les discussions, Bernard Lachance présente les trois niveaux possibles d'intervention:

- Au niveau primaire, les interventions tentent de diminuer la pression occasionnée par des facteurs environnementaux ou d'augmenter les compétences individuelles pour faire face aux situations stressantes;

- Le niveau secondaire nécessite, au départ, une opération de dépistage et s'adresse à des groupes-cibles présentant des caractéristiques de vulnérabilité;

- Au niveau tertiaire, les interventions visent la réinsertion, la réintégration d'individus qui ont dû se retirer à cause de leur santé mentale.

A la demande des organisateurs, les discussions de l'après-midi n'ont porté que sur les deux premiers niveaux à cause du peu de temps disponible et parce que ces niveaux sont ceux où l'intervention est la plus fréquente dans les cégeps.

b) Synthèse des ateliers

L'activité des ateliers a été tellement intense, en après-midi, que la plénière n'a pu que présenter en vrac l'ensemble des modes d'intervention abordés par chacun des groupes. L'assemblée n'a donc pas eu la possibilité de discuter du mérite respectif de

chacun des modes, de faire ressortir leur importance relative les uns par rapport aux autres et encore moins d'arriver à des consensus ou des recommandations.

Le présent rapport ne fait donc que livrer telle quelle, la liste des modes d'intervention mentionnés, regroupés par thème et que la plénière n'a pas eu le temps de s'approprier. Cet aide-mémoire pourrait quand même être utile à la poursuite des discussions dans chacun des collèges et pourrait sûrement suggérer des pistes de solutions à explorer pour améliorer la qualité de vie des cégépiens.

1. INTERVENTIONS POUR DIMINUER LE STRESS ENVIRONNEMENTAL

Politique institutionnelle

Toute intervention, pour qu'elle soit efficace et durable, doit s'inscrire à l'intérieur d'une politique institutionnelle concertée. Il s'agit de susciter la volonté affirmée de toutes les constituantes du collège, chapeautée par la direction générale, afin d'améliorer les conditions et la qualité de vie des étudiants.

Attitude du personnel

Au cégep, le premier environnement sur lequel il faut agir, est l'environnement humain. Préalablement à toute autre intervention, les personnels doivent développer une attitude positive d'accueil et d'écoute face aux étudiants.

chacun des modes, de faire ressortir leur importance relative les uns par rapport aux autres et encore moins d'arriver à des consensus ou des recommandations.

Le présent rapport ne fait donc que livrer telle quelle, la liste des modes d'intervention mentionnés, regroupés par thème et que la plénière n'a pas eu le temps de s'approprier. Cet aide-mémoire pourrait quand même être utile à la poursuite des discussions dans chacun des collèges et pourrait sûrement suggérer des pistes de solutions à explorer pour améliorer la qualité de vie des cégépiens.

1. INTERVENTIONS POUR DIMINUER LE STRESS ENVIRONNEMENTAL

Politique institutionnelle

Toute intervention, pour qu'elle soit efficace et durable, doit s'inscrire à l'intérieur d'une politique institutionnelle concertée. Il s'agit de susciter la volonté affirmée de toutes les constituantes du collège, chapeautée par la direction générale, afin d'améliorer les conditions et la qualité de vie des étudiants.

Attitude du personnel

Au cégep, le premier environnement sur lequel il faut agir, est l'environnement humain. Préalablement à toute autre intervention, les personnels doivent développer une attitude positive d'accueil et d'écoute face aux étudiants.

Concertation avec les enseignants

Une barrière à franchir, le cloisonnement entre la pédagogie et les autres services:

- Associer les enseignants à toutes les démarches des services à l'étudiant;

- Offrir un service de consultation aux professeurs;

- Améliorer les guides d'accès aux services pour que les professeurs puissent facilement les offrir aux étudiants;

- Conscientiser les professeurs sur les préoccupations et les besoins des étudiants.

Accueil

- Favoriser le passage du secondaire au collégial, notamment par un programme de jumelage d'étudiants du secondaire V et d'étudiants de collège II d'une même école d'origine. Le jeune accompagne son parrain durant toute une journée de cours au cégep;

- Humaniser le processus d'inscription en favorisant par exemple des visites du collège, une préinscription, des rencontres personnalisées;

- Souligner, dès le premier cours, tous les paramètres sur les activités pédagogiques qui auront lieu plutôt que d'effrayer avec les statistiques d'abandon et d'échec;

- Poursuivre l'accueil au-delà du premier cours, intervenir auprès des nouveaux dans la classe pour favoriser leur intégration.

Environnement pédagogique

- Instaurer l'évaluation fréquente et graduelle des apprentissages pour diminuer le stress. Il est rassurant de connaître ses capacités avant la fin de session;

- Aménager les horaires pour faire place à des fonctions normales comme des repas, de la détente, du repos;

- Equilibrer les horaires dans la journée, dans la semaine;

- Equilibrer également les charges de travail sur toute la durée du programme;

- Assouplir le calendrier scolaire et évaluer la possibilité d'une troisième session annuelle puisque le marché du travail semble saturé, même l'été;

- Permettre plus de souplesse dans les choix de cours et dans les changements d'horaire.

Aménager les espaces

Aménager les locaux en nombre suffisant pour répondre aux besoins de calme, de détente, de décompression et de rencontre des étudiants.

2. INTERVENTIONS POUR AUGMENTER LES COMPETENCES INDIVIDUELLES

Groupes et ateliers d'intervention

- Favoriser l'organisation de groupes de croissance, d'affirmation de soi, d'action volontaire bénévole de sensibilisation aux autres.

Promotion de la qualité de vie

- Se brancher sur les besoins de la clientèle pour amener les vrais changements et ne plus se contenter seulement de parler;

- Faire le marketing des réussites;

- Favoriser l'initiative des étudiants;

- Aider à mettre en place des programmes d'activités de qualité et en quantité suffisante;

- S'attarder à la variété des activités;

- Développer une approche positive de tous les personnels pour qu'ils soient de plus en plus les témoins d'une qualité de vie;

- Former du personnel en nombre suffisant pour être des multiplicateurs de la qualité de vie.

Lieux d'appartenance

- Favoriser les regroupements d'étudiants autour d'intérêts communs: résidences, clubs, concentrations, etc.

Instruments d'information

- Mettre en place des groupes multidisciplinaires de sensibilisation du milieu à l'environnement et à son amélioration;

- Multiplier les programmes d'information comme télé-santé, terminaux informatiques décentralisés et interactifs;

- Utiliser les kiosques d'information et les bulletins internes.

3. INTERVENTIONS DE DEPISTAGE

- Développer des instruments de dépistage des individus, d'autodiagnostique pour favoriser la prise en charge de soi; (exemple: LG3, I.P.R.);

- Identifier des groupes-cibles pour être en mesure d'ajuster les services aux besoins: groupes d'admission conditionnelle, article 30, etc.;

- Développer des méthodes d'intervention auprès des étudiants en profitant des budgets alloués par le programme de recherche de la D.G.E.C.

4. INTERVENTIONS DE TYPE CLINIQUE

Instruments d'intervention

- Mettre en place un service d'écoute téléphonique systématique dans le collège;

- Utiliser les moyens d'information comme les terminaux, kiosques, bulletins, etc.

Approche

- Aller au devant des moins audacieux. Tout peut devenir prétexte à une relation d'aide. Se rappeler que ceux qui se rendent au bureau ne sont pas nécessairement ceux qui ont le plus besoin d'aide;

- Intervenir à partir du vécu étudiant;

- Rendre disponible l'écoute active par une formation adéquate du personnel.

Groupes d'intervention

- Favoriser la tenue d'ateliers animés par des personnes-ressources et ainsi contribuer aux échanges avec des pairs et des personnes qualifiées;

- Animer un changement d'attitude dans le collège face à certains groupes: v.g. regroupements d'homosexuels;

- Mettre en place des groupes de support dans la prévention du suicide;

- Favoriser la création de divers groupes d'entraide: alcool, drogue, thérapie face à la violence.

Cours

- Créer des cours optionnels favorisant les interventions ad hoc de soutien et d'augmentation de compétences;

- Utiliser les cours d'éducation physique comme sessions de bien-être dans l'optique de la santé mentale: danse, musique, etc.

Extérieur au cégep

- Soutenir l'étudiant dans sa recherche d'aide à l'extérieur du cégep;

- Intervenir auprès du réseau des affaires sociales pour qu'il joue son rôle auprès de cette partie de sa clientèle que constituent nos étudiants;

- Travailler au besoin avec la famille de l'étudiant: v.g. cégeps anglophones impliqués avec des familles d'immigrants.

CONCLUSION

Le mini-colloque, de l'avis de tous, a atteint ses trois objectifs de départ et ce, malgré le peu de temps disponible aux discussions. En une seule journée et demie, nous avons réussi à faire un premier tour d'horizon sur les questions touchant à la santé mentale au cégep; on a suscité de nombreux échanges d'information et d'expériences entre les participants et nous avons préparé pour le comité de santé mentale, la matière première d'un rapport et d'un plan de travail qui permettront des démarches plus structurées en vue de l'amélioration de la qualité de vie des étudiants au cégep.

Deux constats importants se dégagent de cette rencontre:

- Les cégépiens vivent les tensions, le stress, les hésitations qui sont l'apanage habituel des jeunes à l'âge où ils font leur entrée et leurs premiers pas dans le monde adulte;

- Les cégeps sont conscients de cette période difficile que traversent les étudiants. Ils font déjà des efforts pour pallier ces tensions souvent accentuées par l'environnement scolaire et semblent prêts à faire beaucoup plus en se donnant des moyens comme ceux que les discussions ont fait ressortir.

En somme, ce colloque fut une première à bien des égards:

- «On n'a parlé que des étudiants, tout le temps.»

- «On a pu parler entre D.S.A.E. et professionnels du réseau, pour une première fois depuis fort longtemps et sur un sujet d'importance.»
- «Une étincelle allumée» a souligné une participante; «un brasier ne saurait tarder...»

ANNEXES

ANNEXE A

QUESTION 1:

Quels sont les problèmes de santé mentale vécus par les étudiants et étudiantes des cégeps?

Problème identifié	Nombre d'ateliers à le souligner sur un maximum de 6
- Isolement, solitude	6
- Peur d'être identifié comme personne, anonymat de groupe	3
- Difficulté de s'affirmer	3
- Manque de confiance en soi	2
- Identité et orientation sexuelle	5
- Manque du support de valeurs fondamentales	2
- Difficulté à finaliser des choix	2
- Mauvaise adaptation à l'environnement	5
- Mauvaise hygiène personnelle	3
- Mauvaise alimentation	1
- Fatigue, stress	1

QUESTION 2

Quelles sont les causes des problèmes de santé mentale vécus par les étudiants des cégeps?

Causes identifiées	Nombre d'ateliers à le souligner (max.: 6)
- Instabilité de la famille	6
- Violence	3
- Situation financière	3
- Peur de l'avenir, des perspectives d'emploi	4
- Fonction d'étudiant de moins en moins valorisée	1
- Confrontation très tôt aux problèmes d'adultes	1
- Sursaturation de l'information et de la sollicitation	2
- Surpopulation du collège	4
- Morosité des collèges	1
- Eloignement causé par les options provinciales	1
- Pas de milieu d'écoute	3
- Cloisonnement entre la pédagogie et les autres services	4
- Manque de personnel dans les services	4
- Mauvaise perception des services offerts	2
- Manque d'espaces calmes	2
- Conditions pédagogiques mauvaises (exigences excessives, concurrence)	5

(suite page suivante)

QUESTION 2 (suite)

- Peu de recours face aux enseignants	3
- Pressions de la famille	1
- Manque de continuité entre les sessions	2
- Grille horaire difficile	6
- Manque d'encadrement	1
- Non-confidentialité des notes	1

ANNEXE C

Mini-colloque sur la santé mentale dans les cégeps du Québec

organisé par
la Commission des affaires étudiantes

Auberge des Gouverneurs
Haute-Ville
Québec

7 et 8 février '84

PROGRAMME DU COLLOQUE

Mardi, 7 février '84

19 h 00 : Inscriptions (Lobby - 1er étage)

19 h 45 : Mot de bienvenue (Salle Crémazie)

20 h 00 : Télé-santé: une nouvelle approche de la santé communautaire
Présentation par: Dr Robert Perreault
Dr Michel Bourque

22 h 00 : Goûter - détente

Mercredi, 8 février '84

9 h 00 : Présentation du thème: (salle Duquesne)
Eléments de problématique de la santé mentale dans les collèges

- Quels sont les problèmes de santé mentale vécus par les étudiants et étudiantes des cégeps?
- Quelles sont les causes de ces problèmes?
- Quels sont les problèmes qu'il est réaliste de traiter à l'intérieur des collèges?

9 h 15 : Travail en ateliers

10 h 45 : Pause-santé

11 h 00 : Plénière

12 h 00 : Dîner

13 h 45 : Présentation du thème:
Modes d'intervention dans les collèges

- Quels sont les programmes d'intervention qui pourraient créer ou développer des conditions propices à une bonne santé mentale chez les étudiants et étudiantes des collèges?

- Quels sont les programmes d'intervention qui devraient être mis en place pour les jeunes qui sont en difficulté?

14 h 00 : Travail en ateliers

15 h 15 : Pause-santé

15 h 30 : Plénière

16 h 30 : Evaluation du colloque

17 h 00 : Fin du colloque

ANNEXE D

COLLOQUE SUR LA SANTE MENTALE AU COLLEGIAL

Composition des ateliers

ATELIER 1

1.	Jacques Barrette[1]	D.S.A.E.	Montmorency
2.	André Bélanger	Psychologue	Bois-de-Boulogne
3.	Roger Benoît	D.S.A.E.	Victoriaville
4.	Claire D. Bonnier	Infirmière	Sorel-Tracy
5.	Serge Bourgeois[2]	D.S.A.E.	Alma
6.	Louisette Bruneau	Psychologue	Vieux Montréal
7.	Hélène Cyr	Infirmière	Lionel-Groulx
8.	Diane Da Sylva	Psychologue	Saint-Laurent
9.	Lise Dandurand	Infirmière	André Laurendeau
10.	Nicole Laliberté	Infirmière	Limoilou
11.	Michèle Lavoie	Infirmière	Chicoutimi
12.	Andrée Morin	Cons. d'or.	Matane
13.	Guy Paradis	Animateur	Rivière-du-Loup
14.	Hermel Saint-Amand	D.S.A.E.	Sept-Iles
15.	Dolorès Saulnier	Infirmière	Maisonneuve

ATELIER 2

1.	Marc Bournival	Psychologue	Trois-Rivières
2.	Marcel Bujold	D.S.A.E.	Gaspé
3.	Danielle Chylchuch	Infirmière	Saint-Laurent
4.	Robert Coulombe	Cons. d'or.	Joliette
5.	Simone Denis	Resp. art. plein air	Edouard Montpetit
6.	Ginette Gauthier	Psychologue	Drummondville
7.	Hélène Giguère	Infirmière	Vieux Montréal
8.	Gilles Grondin[1]	D.S.A.E.	Shawinigan
9.	Louis Jolicoeur	D.S.A.E.	Amiante
10.	Jacques Lemay	Psychologue	Lévis-Lauzon
11.	Murielle Michel	Infirmière	La Pocatière
12.	Claudette Plourde	Infirmière	Limoilou
13.	Edna Roy	Infirmière	Alma
14.	Nicole Royer	Infirmière	Rivière-du-Loup
15.	Daniel Thibodeau[2]	D.S.A.E.	Saint-Jérôme

1. Secrétaire
2. Animateur

ATELIER 3

1.	Jean-Pierre Beaudry	Infirmier	Granby
2.	Christiane C. Bourdon	Psychologue	Sainte-Foy
3.	Fernand Bourgouin	D.S.A.E.	Matane
4.	Richard Drolet	D.S.A.E.	Edouard-Montpetit
5.	Marielle Grenier[2]	Infirmière	Sept-Iles
6.	Bernard Lachance[2]	D.S.A.E.	La Pocatière
7.	Christiane Laroche	Infirmière	Saint-Félicien
8.	Henriette Lebrun	Infirmière	Bois-de-Boulogne
9.	Guy Lécuyer[1]	D.S.A.E.	Valleyfield
10.	Richard Noël	Infirmier	Lévis-Lauzon
11.	Denise Ruel	Infirmière	Sherbrooke
12.	Maurice Senneville	D.S.A.E.	Saint-Jean
13.	Hélène Servais	Psychologue	Limoilou

ATELIER 4

1.	Jean Balleux	D.S.A.E.	Drummondville
2.	Jean Benoît	Pastorale	Sherbrooke
3.	Jean-Guy Brisebois	D.S.A.E.	Maisonneuve
4.	François Cantin	Infirmier	Victoriaville
5.	Pauline Crépeau	Infirmière	Sainte-Foy
6.	Claude Imbeau	Psychologue	Chicoutimi
7.	Donna Kettyle	Infirmière	Dawson
8.	Denis Lebel[2]	D.S.A.E.	Limoilou
9.	André Lecavalier	D.S.A.E.	André Laurendeau
10.	René Léger[1]	D.S.A.E.	Sorel-Tracy
11.	Yolande Lemoyne	Infirmière	Edouard Montpetit
12.	Françoise Mathe	Sexologue	Saint-Félicien
13.	Louise Nadeau	Infirmière	Champlain, St-Lambert
14.	Thérèse Paradis	Infirmière	Hauterive
15.	Robert Quesnel	Psychologue	Lionel-Groulx

1. Secrétaire
2. Animateur

ATELIER 3

1.	Jean-Pierre Beaudry	Infirmier	Granby
2.	Christiane C. Bourdon	Psychologue	Sainte-Foy
3.	Fernand Bourgouin	D.S.A.E.	Matane
4.	Richard Drolet	D.S.A.E.	Edouard-Montpetit
5.	Marielle Grenier[2]	Infirmière	Sept-Iles
6.	Bernard Lachance	D.S.A.E.	La Pocatière
7.	Christiane Laroche	Infirmière	Saint-Félicien
8.	Henriette Lebrun	Infirmière	Bois-de-Boulogne
9.	Guy Lécuyer[1]	D.S.A.E.	Valleyfield
10.	Richard Noël	Infirmier	Lévis-Lauzon
11.	Denise Ruel	Infirmière	Sherbrooke
12.	Maurice Senneville	D.S.A.E.	Saint-Jean
13.	Hélène Servais	Psychologue	Limoilou

ATELIER 4

1.	Jean Balleux	D.S.A.E.	Drummondville
2.	Jean Benoît	Pastorale	Sherbrooke
3.	Jean-Guy Brisebois	D.S.A.E.	Maisonneuve
4.	François Cantin	Infirmier	Victoriaville
5.	Pauline Crépeau	Infirmière	Sainte-Foy
6.	Claude Imbeau	Psychologue	Chicoutimi
7.	Donna Kettyle	Infirmière	Dawson
8.	Denis Lebel[2]	D.S.A.E.	Limoilou
9.	André Lecavalier	D.S.A.E.	André Laurendeau
10.	René Léger[1]	D.S.A.E.	Sorel-Tracy
11.	Yolande Lemoyne	Infirmière	Edouard Montpetit
12.	Françoise Mathe	Sexologue	Saint-Félicien
13.	Louise Nadeau	Infirmière	Champlain, St-Lambert
14.	Thérèse Paradis	Infirmière	Hauterive
15.	Robert Quesnel	Psychologue	Lionel-Groulx

1. Secrétaire
2. Animateur

ATELIER 5

1.	Marie-Berthe Bédard	Infirmière	Sainte-Foy
2.	Janine Doré	Infirmière	Drummondville
3.	Sylvie Dussault[2]	Infirmière	St-Jean-sur-Richelieu
4.	Jean-Guy Gaulin	D.S.A.E.	F.-X. Garneau
5.	Patrice Laroche	Aide pédag.	Saint-Félicien
6.	Nicole Lavoie	Infirmière	Jonquière
7.	Jeannine Marchand	Infirmière	Abuntsic
8.	Raymond Monette	D.S.A.E.	Bois-de-Boulogne
9.	Andrée Monfette[1]	Infirmière	Jonquière
10.	André Pedneault	D.S.A.E.	Chicoutimi
11.	Marcelle Racine	Infirmière	Joliette
12.	Gilles Sauvé	Psychologue	Maisonneuve
13.	Louise Simard	Psychologue	Limoilou
14.	Lucille Tardif	Psycholgoue	Edouard Montpetit
15.	Michel Vincent	Aff. étud.	D.G.E.C.

ATELIER 6

1.	Murielle Albert	Infirmière	Edouard Montpetit
2.	Lorraine Beaulieu	Psychologue	Dawson
3.	Germain Boudreault	Psychologue	Alma
4.	Lucie Caron	Infirmière	Lionel-Groulx
5.	Micheline Côté	Infirmière	Valleyfield
6.	Isabelle Filiatrault	Infirmière	Saint-Jérôme
7.	Denise Hamel	Infirmière	F.-X. Garneau
8.	André LeBlanc[2]	D.S.A.E.	Saint-Lambert
9.	Réjean Malen[illegible]t	Resp. vie ét.	La Pocatière
10.	Pierre Nourry	Psychologue	Jonquière
11.	Jacques Racicot[1]	D.S.A.E.	Saint-Laurent
12.	Robert Rooney	D.S.A.E.	Hauterive
13.	François Savard	Adj. D.S.A.E.	Limoilou
14.	Louise Turgeon	Infirmière	Maisonneuve
15.	Marguerite Zurini	Infirmière	Montmorency

1. Animateur
2. Secrétaire

Voici une liste, par ordre d'importance, des principaux problèmes qui ressortent du sondage sur les besoins de santé au collégial.

Le texte des réponses est ici un peu résumé pour fins de compréhension mais la référence au numéro de la question permet de retrouver le texte complet dans le cahier du questionnaire.

PROBLEMES SOULEVES A 70% ET PLUS

#58	-La situation présente de l'emploi me préoccupe	86.3%
#36	-Je suis anxieux(se) face à mon avenir	72.1%

PROBLEMES SOULEVES DE 60% A 70%

#14	-Les examens et les travaux scolaires me tracassent	69.5%
# 2	-Je participe peu aux activités	64.3%
#39	-Je me sens souvent fatigué(e)	60.5%

PROBLEMES SOULEVES DE 50% A 60%

#12	-Je suis importuné(e) par la fumée de cigarettes en classe	57.7%
#72	-Je prends souvent mes repas à des heures irrégulières	54.8%
#40	-Je prends une collation avant de me coucher	53.7%
#10	-Je suis souvent tendu(e)	51.1%
#34	-J'ai un régime de vie qui m'empêche de prendre mes repas à des heures régulières	50.0%

PROBLEMES SOULEVES DE 40% A 50%

#30	-Le niveau de bruit est élevé au cégep	49.6%
#33	-J'ai une charge de travail trop lourde	48.7%
#35	-J'éprouve des problèmes financiers	48.6%
#70	-Le niveau de bruit de fond est élevé	47.0%
#49	-Les questions d'hygiène sexuelle me préoccupent	45.8%

.../2

PROBLEMES SOULEVES DE 30% A 40%

#89	-Mes repas ne sont pas équilibrés	41.3%
#73	-Les étudiants(es) sont en mauvaise condition physique	39.3%
#68	-L'air ambiant est malsain	36.4%
#42	-Il est difficile de participer aux activités du collège	33.5%
#46	-L'entretien des locaux est négligé	33.4%
#55	-Les activités répondent peu à mes besoins	33.0%
#87	-Mon épiderme me cause des problèmes	32.9%
#76	-Je suis souvent essoufflé(e) en montant un escalier	31.5%
#74	-Je suis peu préoccupé(e) par la tendance actuelle de mon poids	30.2%

PROBLEMES SOULEVES DE 20% A 30%

# 1	-Je ne suis pas en bonne conditions physiques	29.7%
#79	-J'éprouve de la difficulté à administrer mon budget	28.6%
#17	-La qualité de ma vie étudiante laisse à désirer	26.2%
#28	-Je ne me sens pas chez moi au collège	26.1%
#15	-J'ai de la difficulté à utiliser mes loisirs	25.2%
#92	-J'ai des difficultés à vivre au cégep	24.2%
#82	-Je me sens isolé(e) face à des interrogations ou difficultés reliées à ma sexualité	23.8%
#32	-J'ai de la difficulté à établir de bonnes relations avec d'autres étudiants du collège	23.2%
#29	-Je souffre d'insomnie	20.4%

PROBLEMES SOULEVES DE 10% A 20%

#38	-Je manque d'argent pour bien manger	18.8%
#104	-Je consomme de trois à quatre (ou plus) paquets de cigarettes par semaine	18.2%
#71	-Les moments passés au cégep sont pénibles	14.6%
#41	-Il y a beaucoup d'étudiants(es) qui souffrent de troubles respiratoires	14.0%
#98	-Je ne prends pas de petit déjeuner	14.0%

.../3

PROBLEMES SOULEVES DE 0 A 10%

#100	-J'ai des problèmes de digestion	8.8%
#26	-J'ai des problèmes avec l'alcool	7.9%
#64	-J'ai des problèmes avec la bière	5.6%
#109	-Je dors peu les fins de semaine (3-4h/nuit)	5.3%
#106	-Je bois trois ou quatre verres (ou plus) de liqueurs (coke, pepsi) par jour	5.1%
#84	-J'ai des problèmes avec la drogue	4.5%
#107	-Je bois trois tasses de café ou plus par jour	4.3%
#108	-Je dors peu	4.3%
#97	-Je consomme des drogues illicites: -marijuana	3.1%
	-haschich	6.6%
#101	-Je bois trois ou quatre bouteilles et plus de bière par jour	2.0%
#102	-Je bois un ou deux verres de vin par jour	1.0%

JGB/ja
84-02-01

ANNEXE F

SONDAGE EFFECTUE AUPRES DES CEGEPS SUR CERTAINES DE LEURS PRATIQUES EN REGARD DE LA SANTE MENTATE

(42 cégeps ont répondu)

Dans votre CEGEP, avez-vous développé des programmes d'intervention au niveau de

- la prévention du suicide	oui	17
	non	25
- d'ateliers de croissance personnelle	oui	26
	non	15
- intervention de relation d'aide au niveau de problèmes personnels autres que scolaire ou financier	oui	34
	non	7
- groupe d'affirmation de soi	oui	24
	non	16
- groupe de prévention d'anxiété avant les examens	oui	23
	non	16
- formation sur la gestion du stress	oui	14
	non	21
- ateliers de relaxation et de détente (jeux coopératifs, techniques de relaxation, etc...)	oui	26
	non	15